



מקצוע בתנועה



**לימודי תעודה להכשרת מדריכות בספורט ובתנועה
היחידה ללימודי חוץ – ירושלים
השלוחה החרדית**




המרכז האקדמי
לוינסקי-וינגייט
מחקר, חינוך וספורט

מידע, הרשמה ותקנון תשפ"ד 2023-2024

משתלמת יקרה,

מובינג, השלוחה החרדית-היחידה ללימודי חוץ ירושלים, של המכללה האקדמית בוינגייט פועלת לאפשר לבנות הציבור החרדי להשתלב כמדריכות במקצועות הספורט ברמה הגבוהה ביותר.

להבטחת רמה מקצועית נאותה נבחרו מיטב הסגל והמרצים בתחומים השונים, וזאת כדי לתת בידי הלומדות את כלי העבודה וההוראה הטובים ביותר.

מונחת לפניכן חוברת מידע, הרשמה ותקנון. כמוסד חינוכי המכשיר מדריכות בתחום הספורט והאימון, אנו עושים כל שביכולתנו להבטיח לימודים איכותיים, ברמה מקצועית גבוהה ובתנאי לימוד חווייתיים.

בחרנו בשבילך את התחומים בהם ניכר בציבור החרדי ביקוש ער להדרכה מקצועית. מאות בוגרות עובדות בקהילה ונהנות במקצוען.

בחוברת: מידע על קורסים, נוהלי הרשמה, תנאי קבלה, תשלומי שכר הלימוד ומידע חיוני אחר. כמו כן כוללת החוברת את התקנון (מומלץ אפוא לשמור את החוברת עד לסיום הלימודים).

אנו מקווים כי קריאת החוברת תסייע לך לבחור את הקורס הרצוי לך ולהירשם לו. אם ברצונך לקבל ייעוץ או מידע נוסף תוכלי לפנות טלפונית או אישית למזכירות.

עשינו כמיטב יכולתנו כדי לקיים את כל הקורסים המוצעים בחוברת זו. עם זאת אנו שומרים לעצמנו את הזכות לבטל את התכנית או לשנות בה כמתחייב מהנסיבות.

לך, המעוניינת, מומלץ להקדים ולהירשם ולהבטיח את מקומך בקורס שבו את חפצה ללמוד. אנו מודים לך על שפנית אלינו והבעת רצון ללמוד אצלנו. נעשה הכל להעניק לך חוויה מעשירה בלימודיך.

בברכה,

הנהלת מובינג, היחידה ללימודי חוץ ירושלים

השלוחה החרדית של המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט

רישום וקבלה ללימודים

מועדי רישום:

ההרשמה במשרדי 'מובינג'.

ימים ראשון-חמישי בין השעות 9:30-14:30 טל. 02-5003808 (ניתן להשאיר הודעה) או בפלאפון: 058-3233808 בין השעות 20:00-22:00.

מומלץ להירשם בהקדם כדי להבטיח מקום בקורסים. מספר המקומות מוגבל.

תהליך ההרשמה:

שלב א - רישום

המועמדת מתבקשת להמציא את המסמכים הבאים:

1. טופס הרשמה: יש למלא ולחתום על טופס הרשמה המצורף. מילוי חלקי או רישום שגוי עלול לעכב את ההרשמה. בטופס ההרשמה יש למלא פרטי תשלום מלאים.
2. צילום תעודת גמר של 12 שנות לימוד כפי שמתבקש מתנאי הקבלה בקורס הנבחר.
3. אישור מרופא על מצבה הבריאותית של המועמדת המאשר את כשירותה להשתתף בלימודים המעשיים המתקיימים ביחידה ללימודי חוץ השלוחה החרדית. על הרופא לאשר כי על פי מיטב ידיעתו והיכרותו את מצב הבריאות, המחלות, האשפוזים והליקויים הגופניים של המועמדת בעבר ובהווה אין במצבה הגופני או הנפשי דבר העלול למנוע מהמועמדת ללמוד בקורס מדריכות, כפי שמתבקש מתנאי הקבלה בקורס הנבחר.
4. תמונת פספורט.
5. דמי הרשמה כמופיע להלן בפירוט של הקורסים השונים. התשלום בשיק או במזומן. (יוחזרו דמי הרשמה לקורסים שלא נפתחו)
6. מילוי טפסים עבור כרטיס סטודנט + תשלום למעוניינת.
7. טופס נהלי מכללה

שלב ב - תהליך הטיפול בבקשת ההרשמה

מבחני קבלה ומיון

מועמדת העומדת בתנאי הקבלה תוזמן בעז"ה למבחני קבלה ומיון שיתקיימו בתאריך שייקבע בהמשך, לפי המועדים שייקבעו לקורסים. מבחני הקבלה יכללו ראיון אישי. לקורסים המעשיים יתקיימו מבחנים מעשיים.

שלב ג - תוקף להרשמה

לאחר קבלת תוצאות מבחני הקבלה והמיון תקבל המועמדת שעמדה בכל הדרישות

הודעה על קבלתה ללימודים בקורס.

ההרשמה תיכנס לתוקף אך ורק לאחר הסדרת שכר הלימוד במלואו (שלב ד)

שלב ד - הסדר שכר לימוד

הסדר שכר לימוד במלואו הוא תנאי להבטחת מקום בקורס וקבלת אישור לימודים.

התשלום באשראי או בהוראת קבע החתומה ע"י הבנק.

הערה: הרשמתה של תלמידה אשר לא תסדיר את תשלומיה בזמן (לפני תחילת הלימודים), תבוטל!

* לתשומת לבך, פתיחת הקורסים מותנית במספר הנרשמות.

עזרה ראשונה

תעודת מגיש עזרה ראשונה – תקפה עד שנתיים מיום הוצאתה בהיקף של 28 שעות לפחות – היא חלק מתנאי סיום הלימודים בקורסי הספורט.

חברות שונות מלמדות בארץ את קורסי העזרה הראשונה בהיקף של 28 שעות. הלימוד בקורס הוא באחריות התלמידה.

כדי להקל על ציבור התלמידות יתקיימו במשך השנה קורסי עזרה ראשונה במחיר של 350 ש"ח לכל המעוניינות. מועדי הקורסים יתפרסמו בכתות. פתיחת קורס חיצוני מותנית במספר נרשמות.

בהתאם לדרישות חוק הספורט, תעודת מגיש עזרה ראשונה בתוקף הינה תנאי לקבלת תעודת הסמכה:

פטור מלימודי עזרה ראשונה יינתן לבוגרי קורס עזרה ראשונה מחברה מוכרת ומאושרת ע"י משרד החינוך בהיקף של 28 שעות לימוד לפחות ובתוקף.

ניתן לרענן תעודה שפג תוקפה, פרטים במזכירות.

תוכן העניינים

קורסי הסמכה בספורט (עפ"י חוק הספורט)

- 7מדריכות כושר גופני ובריאות ואימון קטינים (מכון כושר)
- 8מדריכות שחייה – לימוד
- הכשרת מדריכות בהתעמלות מכשירים/ בהתעמלות אקרובטיקה
- 9(Acrobatic Gymnastics)

קורסים בתחומי הטיפול והשיקום

- 10מדריכה לספורט טיפולי – פעילות גופנית מותאמת לילדים עם צרכים מיוחדים
- 11שחיה שיקומית והידרוטרפיה
- 11טיפול בעזרת בעלי חיים – סיוע ושיקום
- 12גינון טיפולי – סיוע ושיקום
- 13הכשרת מטפלות ומנחות בסנוולן – קורס מקיף

לימודי תעודה

- 14מדריכות כושר גופני לקבוצות בסטודיו, מדריכות מחול אירובי ואימון מדרגה
- 14מדריכות למחול אירובי ואימון מדרגה
- 15קורס מדריכת Outdoor Fitness
- 17מדריכות פילאטיס-מזון
- 17מדריכות למחול
- 18מדריכות תנועה לגיל הזהב
- 19מטפלת מוסמכת בשיטת JAHARA R.T
- מנחות לפעילות בתנועה ובמוזיקה לקידום התפתחות
- 20D.I.P (Developmental Instructor PLUS)

קורסי העשרה לבוגרות והשתלמויות

22מדריכות להתעמלות לנשים לפני ואחרי לידה.

22מדריכות לפילאטיס שיקומי.

23מדריכה להתעמלות בונה-עצם.

23קורס אימון אישי.

24מדריכות למשחקי כדור ונופש.

25**תקנון**.

*** לתשומת ליבך:**

עבור קבלת תעודה בכל אחד מהקורסים נדרשת תעודת עזרה ראשונה בתוקף.

תכנית הקורסים

קורסי הסמכה בספורט (עפ"י חוק הספורט)

מדריכות כושר גופני ובריאות ואימון קטינים (מכון כושר)

מטרות הקורס:

להכשיר מדריכות כושר גופני ובריאות על פי חוק הספורט, להקנות ידע, הבנה ומיומנויות הדרכה באימון גופני לצרכים בריאותיים.

בקורס תודגש הפעילות הגופנית שתכליתה לשפר את הכושר הגופני על כל מרכיביו, למנוע נזקים גופניים ולתרום לבריאותו ולרווחתו של האדם. מלבד השיעורים המעשיים יתקיימו הרצאות במדעי האימון.

קהל יעד:

לנשים ובנות המתכננות מקצוע בשכר נאה בעבודה במכוני כושר ובחוגי ספורט ותנועה.

נושאי הלימוד:

מבנה גוף האדם ותפקודו – אנטומיה, פיזיולוגיה ותזונה (89 שעות לימוד עיוניות).

הכרת הארגון המבני של גוף האדם, מבנה מערכות הגוף ותפקודן במנוחה ובמאמץ, הכרת התגובה של גוף האדם לאימון והקשר בין תזונה לבין מאמץ ואימון גופני.

מדעי הכושר הגופני, הבריאות, התנועה והאימון (166 שעות לימוד עיוניות ומעשיות).

הכרת תפקיד המדריכה, הכרת ההשפעה של פעילות גופנית על תפקוד ובריאות בקרב אוכלוסיות מגוונות, הקניית ידע ועקרונות בסיסיים בניתוח תנועת האדם, הקניית ידע תאורטי וכלים יישומיים

לתכנון ולאימון אוכלוסיות מגוונות למטרות כושר גופני ובריאות.

תנאי הקבלה:

בהתאם להנחיות מנהל הספורט, על המועמדת להיות בעלת ניסיון של שנה לפחות כמתאמנת פעילה בחדר כושר; על המועמדת לעמוד בהצלחה בריאיון אישי ובמבחני קבלה עיוניים ומעשיים; על המועמדת להמציא אישור רפואי, המאשר לאחר בירור רפואי המתאים לדרישות הקורס, כי מצבה הרפואי אינו מונע ממנה מלהשתתף בקורס; בוגרות כיתה י' או מי שמלאו לו 17 שנים. מבחן מעשי וריאיון אישי. מועמדת מעל גיל 18 חייבת להיות בוגרת 12 שנות לימוד.

היקף הקורס:

שנתי – 255 שעות + 28 שעות עזרה ראשונה (בתשלום נפרד – עייני בעמוד 4).

יום הלימודים:

7,950 ש"ח + 350 ש"ח דמי הרשמה.

עלות הקורס:

לעומדות בדרישות הקורס תוענק תעודת "מדריך כושר גופני ובריאות (חדר כושר) ואימון קטינים בחדר כושר", ע"פ חוק הספורט, מטעם המכללה האקדמית בווינגייט.

תעודות:

הצעה מיוחדת ללומדות בקורס מדריכי "כושר גופני ובריאות" בשנה"ל תשפ"ד, תוספת ייחודית של 15 שעות הוראה המעניקות תעודות הסמכה נוספות של "מדריך אימון אישי" ו"מדריך לאימון באמצעות רצועות", מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט.
קורס זה אינו לפי חוק הספורט.

מדריכות שחייה – לימוד

להכשיר מדריכות שחייה-לימוד להדרכת לימוד שחייה במסגרות שאינן תחרותיות, תוך שיפור יכולתו המעשית בשחייה של המשתלם. להקנות ידע יכולות ומיומנויות הדרכה בשחייה.	מטרות הקורס:
נשים ובנות מיומנות בשחייה המעוניינות במקצוע מבוקש.	קהל היעד:
מדעי הספורט (28 שעות) מדעים ורפואת ספורט ופסיכולוגיה של הספורט. תכנית לימודי השחייה (126 שעות) הידרודינמיקה, מתודיקה, טכניקה, ניתוח ענף הספורט, משחקי מים, אימון מרכיבי הכושר הגופני, אימון המדריך, הכנה גופנית לילדים, תכנון שיעור ואימון. בנוסף, במהלך הקורס תידרש התנסות בהדרכת שחייה-לימוד (סטאז').	נושאי הלימוד:
קורס מגיש עזרה ראשונה (28 שעות) – בתשלום נפרד (עייני בעמוד 4). בוגרות כתה יא' או מי שמלאו לו 17 שנים. מבחן מעשי וריאיון אישי.	תנאי הקבלה:
154 שעות+ 28 שעות עזרה ראשונה חמישי	היקף הקורס:
6,700 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.	יום הלימודים:
למי שתעמוד בדרישות הקורס תוענק תעודת "מדריך שחייה – לימוד" מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט.	עלות הקורס:
תעודת סיום הקורס תוענק לחניכה ביום הגיעו לגיל 17.	תעודה:

*הפתיחה מותנת במספר הנרשמות ובכפוף לאישור מנהל הספורט

הכשרת מדריכות בהתעמלות מכשירים / בהתעמלות אקרובטיקה (Acrobatic Gymnastics)

מטרות הקורס:	להכשיר מדריכות התעמלות לסוגיה, לשפר את יכולתה המעשית של החניכה; להקנות לה ידע תיאורטי ומיומנויות הדרכה בהתעמלות מכשירים והתעמלות אקרובטיות.
נושאי הלימוד:	מדעי הספורט (50 שעות) רפואת ספורט, תורת האימון, פסיכולוגיה של הספורט. טכניקה אישית, מתודיקה, ניתוח ענף הספורט, יכולת אישית וקבוצתית, אימון מרכיבי הכושר הגופני, הכנה גופנית לילדים, תכנון שיעור ואימון. בנוסף, במהלך הקורס תידרש התנסות בהדרכת התעמלות אקרובטיות/ התעמלות מכשירים (סטאז'). קורס מגיש עזרה ראשונה (28 שעות) – בתשלום נפרד (עייני בעמוד 4). סטאז'
חניכה: תנאי הקבלה:	גיל 16, בהתאם להנחיות מנהל הספורט, נדרש נסיון ספורטיבי-תחרותי מוכר של 3 שנים לפחות בענף +הצגת ניסיון תחרותי. מכינה של 30 שעות כתחליף לדרישת מנהל הספורט להשתתפות קודמת בקבוצות תחרותיות.
היקף הקורס:	תכנית לימודי התעמלות אקרובטית (174 שעות), תכנית לימודי התעמלות מכשירים בנות (166 שעות) +28 שעות עזרה ראשונה.
יום הלימודים: עלות הקורס:	עדין לא נקבע. 6,400 ₪ + 500 ₪ מכינה, + 350 ₪ דמי הרשמה (לכל אחד מהקורסים).
תעודות:	בוגרת קורס שתעמוד בהצלחה במבחני הגמר ולאחר שתשלים את מחויבותה לביצוע הליך ההצמדה (סטאז') כמפורט בתכנית הענפית, תקבל תעודת "מדריכת אקרובטיקה / התעמלות מכשירים בנות", עפ"י חוק הספורט, מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט. התעודה מקנה את הזכות להדריך במסגרת תחרותית עד גיל 16. לכל חניכה תינתן תעודה רק בתחום ההתמחות אותו למדה.

*הפתיחה מותנת במספר הנרשמות ובכפוף לאישור מנהל הספורט

קורסים בתחומי הטיפול והשיקום

מדריכה לספורט טיפולי – פעילות גופנית מותאמת לילדים עם צרכים מיוחדים

מטרת הקורס:	להכשיר מדריכות לספורט טיפולי לילדים עם צרכים מיוחדים במסגרת בתי ספר, מרכזים עירוניים, מתנ"סים ומרכזים פרטיים.
קהל היעד:	בוגרות מגמות חינוך – גננות, מורות ומורות בחינוך המיוחד. מרפאות בעיסוק ומטפלות בחינוך המיוחד. בעלות תעודת הוראה בחינוך גופני, תנועה ובריאות בוגרות קורסים בתחום הכושר גופני והספורט. מתעניינות נוספות בתחום יידרשו להשלמת תעודות.
נושאי הלימוד:	בקורס יילמדו עקרונות ושיטות הדרכה לילדים בגיל הרך, באמצעות תנועה משחק ושיר, ועקרונות לעבודה עם ילדים בעלי לקויות וקשיים תחושתיים, מוטוריים, התנהגותיים, ורגשיים. עוד יילמדו בקורסים הנושאים האלה: התפתחות מוטורית, בקרת מערכת התנועה, בעיות אורטופדיות ויציבה, דרכי הטיפול בילדים הלוקים בבעיות במערכת העצבים, בעיות אורתופדיות, אוטיזם, פיגור; ניתוח התנהגות, אבחון וטיפול פסיכו-מוטורי. במסגרת הקורס ישולבו סיורים מקצועיים במרכזים טיפוליים.
תנאי הקבלה:	הקורס מחייב סטאז' צפייה והתנסות במרכזי שיקום וספורט לנכים או מרכזים לספורט טיפולי. בעלות תעודת הוראה בחינוך גופני/התעמלות בריאותית או מדריכת כושר גופני ובריאות. עדיפות תינתן למורות וגננות העובדות בחינוך המיוחד. ניתן ללמוד את הקורסים הנדרשים כתנאי קבלה במקביל.
היקף הקורס:	352 שעות כולל 48 שעות סטאז'.
יום הלימודים:	* משך הלימודים מעבר לשנת לימודים אקדמאית.
עלות הקורס:	שני – בוקר. 12,000 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.
תעודה:	ללומדות במקביל לקורס זה את קורס מדריכות כושר גופני ובריאות במסגרת המכללה תינתן הנחה של 15%. למסיימות בהצלחה תוענק תעודות הסמכה מדריכה לספורט טיפולי, פעילות גופנית מותאמת לילדים עם צרכים מיוחדים מטעם המרכז האקדמי ליונסקי וינגייט.

שחיה שיקומית והידרותרפיה

מטרת הקורס:	הכשרת מטפלות במים לאוכלוסיה עם צרכים מיוחדים על ידי הקניית ידע בתחומי הנזירולוגיה, האורטופדיה והפסיכולוגיה השיקומית הרלוונטיים לטיפול באוכלוסיה עם צרכים מיוחדים. תרגול שיטות אבחון וטיפול בתחום גופני, התנהגותי ורגשי במים.
נושאי הלימוד:	אנטומיה ופיזיולוגיה, הוראת השחייה, עקרונות פיזיקליים בסיסיים, הידרוסטטיקה והידרודינמיקה ויישומם בטיפול הידרותרפיה, נזירולוגיה – פגיעות במערכת העצבים המרכזית וההיקפית, אורתופדיה – פגיעות ומחלות במערכת השריר והשלד; פסיכופתולוגיה ופסיכולוגיה שיקומית – יחסי מטפל מטופל, החוזה הטיפולי ואתיקה, ניתוח התנהגות, תיאורי מקרה של ליקויים ושל נכויות שונות, עזרה ראשונה.
	הלימודים המעשיים כוללים יסודות בהוראת השחיה, שחיה שיקומית, לימוד וחשיפה לשיטות טיפול שונות כגון הלויק, ג'הארה, ווטר דאנס, ווטסון, באדראגז ועוד. כמו כן יתקיימו סיורים במרכזים טיפוליים ובמחלקות שיקום. נלמד להתאים תרגילים לילדים ולמבוגרים על פי המטרות והתכנית הטיפולית.
תנאי הקבלה:	12 שנות לימוד, עדיפות תינתן לבעלות תעודות הקשורות לפעילות במים ולבעלי תואר אקדמי הקשור בפעילות גופנית, ספורט, תנועה, פרה – רפואה, או לבעלי תעודות הסמכה במקצועות טיפוליים אחרים. הנרשמים יוזמנו לראיון קבלה.
היקף הקורס:	שנתי – 500 שעות, מתוכם 100 ש' הוראת השחיה ו- 80 שעות סטאז'.
יום הלימודים:	יתואם בהמשך.
עלות הקורס:	15,500 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.
תעודה:	לעומדות בדרישות הקורס תוענק תעודת שחיה שיקומית והידרותרפיה. תעודת השתתפות בקורס יסודות בהוראת השחייה מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט, תעודת מגיש עזרה ראשונה ולפחות תעודה אחת נוספת לשיטת טיפול נבחרת (תעודה מוכרת על ידי ארגון בין-לאומי).
	* ניתן להשלים לתעודת מדריכת שחייה או מדריכת שחייה לימוד, המוכרת על-ידי מנהל הספורט (למי שתעמוד בתבחיני מנהל הספורט) בעלות נוספת של 3,150 ₪.
	* לבעלות תעודת מדריכת שחייה – היקף הקורס הוא 380 שעות בעלות של 13,550 ש"ח

טיפול בעזרת בעלי חיים – סיוע ושיקום

מטרת הקורס:	הכשרת נשות מקצוע למגזר החרדי/דתי כמשקמות לעבודה עם אוכלוסיות מגוונות בשילוב בעלי חיים. עבודה בסביבה חינוכית ושיקומית באה לסייע לאדם להשיג מגוון מטרות לשיפור התפקוד ואיכות החיים. התוכנית מקנה ידע וכישורים לעבודה עם טווח רחב של אוכלוסיות (ילדים, מתבגרים, אוכלוסיות מיוחדות וקשישים) אשר נתרמות רבות מהתערבות המשלבות בעלי חיים
--------------------	--

היכרות עם מאפיינים והתנהגות של בעלי חיים שונים שעשויים להשתתף בתהליך של סיוע רגשי. החזקה נאותה של בעלי חיים, היכרות עם מאפייני אוכלוסיות מיוחדות שנעזרות בסיוע רגשי בשיתוף עם בעלי חיים. פיתוח מיומנויות שנדרשות למסייע רגשי. בעלי חיים שותפים בסיוע רגשי – תרגול מעשי. מיומנויות הנחיית קבוצה בשילוב בעלי חיים, היבט תורני בעבודה עם בעלי חיים. סיורים מודרכים, הדרכה קבוצתית, ניתוח מקרה, סטאז'.

נושאי הלימוד:

התוכנית כוללת לימודים עיוניים לצד התנסות בשטח משולבת בהדרכה (סטאז') על מנת להקנות לסטודנטיות את המיומנויות הנדרשות להכיר את בעלי החיים כשותפים פעילים בעבודה עם אוכלוסיות שונות. הסטודנטיות תרכושנה ידע תיאורטי וכישורים יישומיים לשיפור תפקוד פיזי, רגשי, קוגניטיבי, חברתי והתנהגותי בקרב אוכלוסיות שונות. התוכנית שמה דגש על יצירת מרחב פיזי ורגשי בטוח עבור האדם תוך שמירה על כללי אתיקה והקפדה על יחס הוגן וחומל כלפי בעלי חיים.

מבנה הקורס:

12 שנות לימוד

תנאי הקבלה:

ראיון אישי

360 שעות לימודים תיאורטיים + 70 שעות סטאז'

היקף הקורס:

לבוגרות לימודים בנושאי פסיכולוגיה תיתכן אפשרות להכרה בלימודים קודמים עד 90 ש'

רביעי בין השעות 17:00 – 21:15

יום הלימודים:

12,700 ש"ח + 350 דמי הרשמה (המחיר אינו כולל לימוד פסיכולוגיה מקוונים). לעומדות בדרישות הקורס תנתן תעודה מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.

עלות הקורס:

תעודה:

גינן טיפולי – סיוע ושיקום

הכשרת נשות מקצוע חרדיות ליצירת סביבת עבודה חינוכית ושיקומית בגינה ע"מ לסייע למגוון אוכלוסיות שונות להשיג שיפור התפקוד ואיכות החיים. התוכנית מקנה בסיס ידע נרחב בנושא עולם הצמחים, שימושיהם בגינה ועקרונות הגינן וכן כישורים לעבודה עם טווח רחב של אוכלוסיות אשר נתרמות רבות מהתערבויות המשלבות פעילות עם גינן.

מטרת הקורס:

מבוא לפסיכולוגיה – התפתחותית, הכרות ודרכי עבודה עם אוכלוסיות שונות. פסיכופתולוגיה – עקרונות תיאורטיים ומעשיים בעבודה עם קבוצות. התנסות אישית וקבוצתית בגינה, עקרונות תיאורטיים ומעשיים בתהליך הטיפול בגינה, יסודות הגינן ובוטניקה אקולוגיה וקיימות, סיורים, סטאז', הדרכה קבוצתית.

נושאי הלימוד:

התוכנית כוללת שלוש חטיבות עיקריות:

מבנה הקורס:

1. חטיבת לימודים של סיוע רגשי המורכבת מקורסים תיאורטיים ויישומיים להתערבויות רגשיות בסביבה חינוכית ושיקומית.
2. חטיבת לימודים של יסודות הבוטניקה והגינן: המשגה ובניית יסודות להורטיקולטורה, תכנון, אחזקה ובניית גינה טיפולית.
3. חטיבת לימודים של עבודה חינוכית ושיקומית באמצעות גינן שנשענת

על הבנת הקשר המשולש: מטפל – מטופל. גינון. התנסות בעבודת הגינון ובמרכיבי הטבע והגן עם המטופל פיתוח מיומנויות מעשיות לשימוש בגינון כמתווך בתהליך השיקום והטיפול.

חלק משמעותי מהתוכנית מוקדש לעבודה מעשית בשטח (סטאז') והדרכה.

קבלה ללימודים מותנית בראיון אישי.

480 שעות כולל 120 שעות סטאז

יום שלישי בשעות הבוקר (כפוף לשינויים)

14,900 ₪ + 350 דמי הרשמה

לעומדות בדרישות הקורס תנתן תעודה מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.

*הפתיחה מותנת במספר הנרשמות

תנאי הקבלה:

היקף הקורס:

יום הלימודים:

עלות הקורס:

תעודה:

הכשרת מטפלות ומנחות בסנוזלן – קורס מקיף

מלכי ניו M.Sc

מרכזת הקורס:

מטרת הקורס:

הכשרה להפעלה טיפולית בסביבה רב חושית מבוקרת – סנוזלן. הקניית כלים של ויסות חושי ורגשי, מעולם הטיפול הרגשי ומגישת הסנוזלן. פיתוח מומחיות בזיהוי הדפוס החושי, והכוונה לטיפול מתאים.

הטמעת יכולות לניהול תהליך התערבות בתחום הוויסות החושי והרגשי.

חינוך להתנהלות קלינית ואתית ראויה בתהליכי טיפול.

סנוזלן: הקמה וניהול סביבה רב חושי, הרחבת ידע בהפעלת סנוזלן,

העמקה במודל העיבוד החושי, זיהוי דפוסים חושיים, וכלים מתקדמים לוויסות חושי-רגשי.

נושאי הלימוד:

סיורים ויסות:

יישום:

קבוצת דינמיקה טיפולית, התנסות עצמית בסנוזלן, תצפיות, סטאז' והתמחות מעשית מודרכת הקורס נושא אופי חוויתי-סדנתי, עם התנסות רבה בחדר הסנוזלן, ומשלב קבוצה דינמית לעיבוד היבטים טיפוליים בתהליך הלמידה. כמו כן ישנו דגש על הממד היישומי, הכולל תצפיות בזמן אמת, סטאז' והתנסות מעשית בהדרכה אישית לכל תלמידה.

ראיון טלפוני אישי, עדיפות לבעלי רקע בחינוך ובטיפול.

תנאי הקבלה:

220 ש"א. קורס שנתי

היקף הקורס:

יום א' 18:45-22:00

יום הלימודים:

דגל ראובן, 8 כניסה לעיר י-ם.

מיקום הקורס:

יתקיימו ימי עיון מרוכזים מעת לעת, בהודעה מראש

13,500 ש"ח דמי רישום: 350 ₪

עלות הקורס:

תעודה:

לעומדות בדרישות הקורס תנתן תעודת "מטפלת ומנחה בסנוזלן" מטעם המרכז לתרפיה חושית, come&sense ארגון הסנוזלן העולמי – ISNA-MSE והמכללה האקדמית בוינגייט. תעודה זו מאפשרת הקמת קליניקה מקצועית לקידום ולוויסות חושי-רגשי באמצעות סנוזלן.

*יתכנו שינויים בזמן ובמיקום

לימודי תעודה

מדריכות כושר גופני לקבוצות בסטודיו מדריכות מחול אירובי ואימון מדרגה

מטרת הקורס:

הכשרת מדריכות indoor fitness אירובי ועיצוב הגוף בשיטות עדכניות. מטרתנו בקורס מדריכות Indoor Fitness Instructor, להקנות כלים, דרכי אימון ושיטות הדרכה על מנת שיתרמו לתהליך בריאותו ולאיכות חייו של האדם, בשיפור כושר הלב והריאות, האצת קצב חילוף החומרים, הגברת שריפת הקלוריות, עיצוב השרירים וחיזוק העצמות, סיוע בהפחתת המשקל ושיפור ההרגשה הכללית ומצב הרוח.

בקורס אנו שמים דגש על חשיפה רחבה למגוון סוגי האימונים הנפוצים והעכשוויים ביותר, על תרגולים רבים ככל האפשר על מנת שהלומדות יצאו לשטח מנוסות והכי מקצועיות שניתן.

קהל יעד:

לנשים ובנות המתכננות מקצוע בשכר נאה בעבודה במכוני כושר ובחוגי ספורט ותנועה.

נושאי הלימוד:

מדעי הספורט (89 שעות לימוד אקדמיות): אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה. נושאי הלימוד בענפי (110 שעות לימוד אקדמיות): הבסיס הפיזיולוגי של אימון, עבודה עם מוסיקה חיזוק השרירים, עיצוב הגוף, שיטות אימון, תרגילי הדרכה, מתיחות.

מגיש עזרה ראשונה (28 שעות לימוד) (בתשלום נפרד – עייני בעמוד 4).

תנאי הקבלה:

גיל 17 לפחות, ראיון אישי, אישור רפואי המעיד על בריאות תקינה, ועל כשירות לעסוק בפעילות גופנית.

שנתי – 199 שעות + 28 שעות עזרה ראשונה.

היקף הקורס:

ראשון – בוקר. רביעי או שישי

יום הלימודים:

6,950 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.

עלות הקורס:

למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודת הסמכה מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט.

תעודה:

מדריכות למחול אירובי ואימון מדרגה

התנסות ותרגול הדרכה של אימוני כושר מסוגים שונים: אירובי רצפה סימטרי ואי-סימטרי, אירובי מדרגה. בהיקף 40 שעות אקדמיות. העומדות בדרישות קורס ההרחבה יקבלו תעודה נוספת – מדריך למחול אירובי ואימון מדרגה (בתשלום נפרד).

קורס מדריכת Outdoor Fitness

מטרות הקורס:

להכשיר מדריכות מיומנות ומקצועיות בתחום הכושר הגופני הכללי לרמות וקבוצות גיל שונות. פיתוח אחריות אישית ומנהיגות באמצעות מתן כלים באימון כושר גופני במרחב הפתוח לקבוצות וליחידים תוך התנסות מעשית בתחום. הפיכת הידע העיוני הנלמד לידע יישומי בתחום מדעי האימון הגופני.

יעדים:

1. העמקת הידע בתורת הכושר הגופני והיבטיה היישומיים באימון הכללי.
2. הכרת תהליך קביעת יעדי אימון לפי מטרות אישיות ו/או קבוצתיות של המתאמנים.
3. יישום שיטות אימון כושר גופני שונות תוך התאמתן למטרות האישיות ו/או הקבוצתיות של המתאמנים.
4. הקניית מיומנויות הדרכה טובה באימון כושר גופני תוך תכנון מושכל ומקצועי של התהליך.

קהל יעד:

בנות ונשים המעוניינות להדריך ולאמן קבוצות או מתעמלות בודדות בתחומי הכושר הגופני מחוץ לחדר הכושר.

נושאי לימוד:

עיוני: אנטומיה, פיזיולוגיה כללית, תורת הכושר הגופני, פסיכולוגיית הספורט, תורת האימון, בטיחות.

שיטות לאימון כושר גופני אפקטיבי במרחב הפתוח, היבטים מתודיים, שימוש במתקני חוץ או מכשירי יד לפיתוח כושר גופני, קרוספיט, TABATA, פעילות גופנית בגיל הזקנה ובמצבי חולי, תזונה ותזונת ספורטאים, פעילות גופנית באקלים קיצוני, שיטות התאוששות ואימון יתר, פציעות ספורט ושיקומן, שיווק, מכירה ושימור לקוחות, הביטוח המקצועי, הדרכת עמיתות בכושר הגופני במרחב הפתוח.

255 שעות

היקף הקורס:

+ 28 שעות עזרה ראשונה (בתשלום נפרד – עייני בעמוד 4).

דרישות הקורס:

1. התלמידה תתכנן לפחות שלושה תרגילים, תכנית אימונים אחת ושלושה מערכי אימון כושר גופני במרחב הפתוח למטרות שונות.
2. התלמידה תאמן עמיתות בכושר גופני במרחב הפתוח לפחות שלושה אימוני כושר חלקיים ושניים מלאים.
3. התלמידה תתנסה באימון כושר גופני במרחב הפתוח בהיקף של 30 שעות תוך שימוש מקצועי בכל הנלמד בקורס (תכנון, הדרכה טובה, ניתוח והערכה).

תנאי קבלה:

1. מסיימות כיתה יא'
2. ניסיון של לפחות 3 שנים באימון כללי (יש להביא אישור ממסגרת פעילות גופנית כלשהי).
3. ראיון אישי.
4. אישור רפואי.

עלות הקורס:

6,900 ש"ח + 350 ש"ח דמי הרשמה

תעודה:

לעומדות בדרישות הקורס תנתן תעודת "מדריך Outdoor Fitness" מטעם והמרכז האקדמי לוינסקי וינגייט. הזכאות לתעודה מותנית בעמידה בכל דרישות הקורס ובציון עובר (70) במבחן המעשי והמשוקלל הכללי.

לנרשמות קורס הדרכת מחול אירובי ומדרגה בנוסף לקורס Outdoor Fitness תינתן הנחה בעלות הקורסים.

* מתנה ייחודית ללומדות:

2 תעודות מקצועיות נוספות בתוספת 15 שעות אקדמיות. לעומדות בהצלחה תוענק תעודת "מדריך אימון אישי" ותעודת "מדריך אימון רצועות" מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט.

מדריכות פילאטיס-מזרן

מטרת הקורס:	הכשרת מדריכות בטכניקת פילאטיס תוך לימוד מגוון תרגילי מזרן, ניתוח ההתאמות והמגבלות שבכל תרגיל, הבנת הרצף המתקיים בשיעור מזרן, הבנת עקרונות הטכניקה והוראתה, הקניית רקע מדעי בסוגיות נבחרות ביציבת גוף האדם.
קהל היעד:	לבעלות תעודת מדריכה/תעודת הוראה בתחום החינוך הגופני מועמדות מתחום המחול והתנועה ללא תעודת מדריכה יידרשו להשלים חלק מדעי בהיקף של 60 שעות הכוללת - אנטומיה, פיזיולוגיה, קינזיולוגיה ועזרה ראשונה בהיקף של 28 שעות במחיר של 1,150 שקלים.
נושאי לימוד:	מותאמים לסטנדרטים בין-לאומיים והם כוללים סוגיות נבחרות ביציבת גוף האדם, הבנת עקרונות הטכניקה והוראתה, לימוד מגוון תרגילי המזרן הבנתם ויישומם, הבנת הפוקוס המחשבתי המנחה את תפיסת התרגיל, ניתוח של הפעולה השרירית בכל תרגיל, קונטרה אינדיקציות בעבודה עם קבוצות אוכלוסייה שונות, שעות צפייה.
היקף הקורס:	120 שעות הכוללות 30 שעות צפייה.
יום הלימודים:	שלישי.
עלות הקורס:	4,525 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.
תעודה:	למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודה למדריכות פילאטיס מטעם בית הספר לפילאטיס על פי דליה מנטבר והמרכז האקדמי לוינסקי וינגייט.

מדריכות למחול

מטרת הקורס:	הכשרת מדריכות והסמכתן להדרכת אמנות המחול במסגרת החינוך הפורמלי והבלתי פורמלי, הרחבת השכלתה של הלומדת באמצעות חשיפה לסגנונות מחול מקובלים שונים, פיתוח הבנה ליכולת התנועה וביצועה תוך אימון והתנסות פעילה בדרך של חוויה, הקניית כלים מקצועיים בתחום הוראת המחול ובקשר שבין המחול לבין אמנויות אחרות. בלימודים המעשיים יודגשו פיתוח היכולת האישית, הבנת התנועה, פיתוח היצירתיות והחיבור הכוראוגרפי.
נושאי הלימוד:	בתחום המעשי: הקורס "מדריכות מחול" עוסק באימון היכולת האישית ובשיפורה, בהבנת התנועה ובפיתוח היצירתיות וכן בהכשרה להדרכה. בשיעורים המעשיים ייחשפו התלמידות לסגנונות מחול מתחום הבלט הקלסי והמחול המודרני. כן יתנסו בסדנאות באימפרוביזציה ובקומפוזיציה וכן בחיבור הכוראוגרפי.

בתחום העיוני: בקורס "מדריכות מחול" נלמדים הנושאים האלה: 30 שעות אנטומיה ופיזיולוגיה.

מתודיקה של המחול, תולדות המחול ונושאי העשרה בתזונה, מוזיקה, פציעות אופייניות.

תוספת ייחודית ללומדות: לימודי מחול לגיל הרך.

התלמידות בקורס מתנסות בהדרכת המחול בליווי מורה מנחה.

300 שעות + 30 שעות מדעים + 28 עזרה ראשונה (בתשלום נפרד – עייני בעמוד 4).

התכנית מיועדת לבעלות רקע מתאים במחול ולאחר ריאיון אישי ומבדק קבלה.

יתואם בהמשך.

8,850 ש"ח + 350 ש"ח דמי רישום.

למי שתעמוד בדרישות הקורס תוענק תעודת "מדריכה למחול".

(יתקיימו מספר מפגשים מרוכזים)

היקף הקורס:

תנאי הקבלה:

יום הלימודים:

עלות הקורס:

תעודה:

מדריכות תנועה לגיל הזהב

שליטה בידע של התאמת פעילות גופנית לגיל הזהב, תרגול בשיטות הדרכה של מתעמלות מבוגרות. הכשרה לתנועה מבוקרת ונכונה.

נשים המעוניינות להתמחות בהדרכת תנועה לבוגרים, מורות לחינוך גופני/ התעמלות בריאותית, מדריכות לכושר גופני, מדריכות פילאטיס.

אנטומיה, פיזיולוגיה, תזונה, תורת הכושר הגופני, פציעות ספורט, שינויים אנטומיים, פיזיולוגיים ופסיכולוגיים בקרב קשישים. מושם דגש על מודעות לתנועה מבוקרת ונכונה, משחקי חברה ונופש, ריקוד עממי, שימוש מושכל בתרופות, מניעת נפילות ופעילות גופנית המותאמת במיוחד לאוכלוסיית "גיל הזהב".

ראיון אישי.

250 שעות מתוכם 34 שעות מדעי החינוך הגופני + 72 שעות מבנה מערכת הגוף ותפקודו + 114 שעות תחום גיל הזהב + 30 שעות התנסות מעשית וסטאז'.

חמישי – בוקר.

9,950 ש"ח + 350 ש"ח דמי הרשמה.

למסיימות את הקורס בהצלחה תוענק תעודת מדריכת תנועה לגיל הזהב מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט.

* בעלות תעודת מדריכות חדר כושר תוכלנה להסתפק ב-114 שעות ענפיות + 30 שעות התנסות מעשית.

מטרות הקורס:

קהל יעד:

תכנית לימודים:

תנאי קבלה:

היקף הקורס:

יום הלימודים:

עלות הקורס:

תעודה:

מטפלת מוסמכת בשיטת JAHARA R.T

מטרת הקורס:	הכשרת מטפלות במים בשיטת JAHARA R.T ומתן כלים קליניים להידרותרפיסטים לטיפול במגוון רחב של אוכלוסיות.
מרכזת הקורס:	טובה רוזן, A.M. – מפתחת שיטת JAHARA R.T מורה בכירה עם הכרה בינלאומית. בעלת ניסיון של מעל 20 שנה בטיפול ובהכשרת מטפלים בהידרותרפיה וג'הארה.
נושאי הלימוד:	בקורס יהיו שיעורים מעשיים בבריקה מחוממת והתנסות בתרגילים במגע ובתנועה. נלמד טכניקות שהותאמו במיוחד למים, טכניקות ידניות לשחרור הפאציה, תרגילים להארכת עמוד השדרה ולהרחבתו ולהפחתת הלחץ המפרקי, תרגילים סומטיים וחיבור רגשי, תרגילי נשימה ותרגילים לפיתוח שרירי הליבה. נקדיש זמן לקשר בין איכות הטיפול לבין עמדת המטפלת באמצעות "תרגילים אקטיביים" שמטרתם להעלות את המודעות הגופנית אצל המטפלת וליצור הרמוניה בטיפול. נתרגל נוכחות מיטיבה ונשתמש בתרגילי מיינדפולנס לשם חיבור עמוק והקשבה למטופל/ת. התרגילים בקורס יותאמו למצבים פתולוגים שונים. בסיום הקורס יוכלו התלמידים להעניק טיפול בשיטת JAHARA R.T בריאותי או חווייתי ולשלב את שיטת JAHARA R.T גם בשיקום ההידרותרפי.
תנאי קבלה:	12 שנות לימוד, תעודת מטפלת בהידרותרפיה או באחד ממקצועות המגע והתנועה, ריאיון אישי.
היקף הקורס:	140 שעות אקדמיות ב 20 מפגשים.
יום הלימודים:	יתואם בהמשך.
עלות הקורס:	7,970 ₪ + 195 ₪ דמי רישום.
תעודה:	* לבוגרות הקורס "ג'הארה – קליני – קורס בסיסי" תינתן הנחה של 800 ₪. תעודת "מטפלת מוסמכת במים בשיטת JAHARA R.T" תוענק למסיימות בהצלחה מטעם Win Medi – בית הספר לרפואה משלימה במכללה האקדמית בוינגייט ו"אקווה טיפול", המרכז הישראלי ללימודי ג'הארה.

מנחות לפעילות בתנועה ובמוזיקה לקידום התפתחות (D.I.P) Developmental Instructor PLUS

מטרת הקורס:

הכשרת נשות מקצוע לקידום התפתחות תקינה של הילד (תינוק, פעוט, ילדי גן) באמצעות תנועה ומוזיקה בגישת האקולוגיה האנושית, על יסוד תוכנית עיונית ומעשית לתינוקות, לפעוטות וילדי גן, אשר גובשה בשיתוף עם מומחים ברפואת ילדים, מומחים בהתפתחות התנועה ומומחים בחינוך מוזיקלי לפעוטות. התוכנית משלבת בין התורות המתקדמות בעולם ההתפתחות שבהן מתוארות יכולות הילד, החל מן התגובות הראשונות ותפקודיהן, עבור בקשר שבין תחושה לבין תנועה וכלה במנגנונים העצביים והקשרים ביניהם.

נלמד להעניק לפעוט ביטחון ופתיחות לפעול ולהתנסות באמצעות תנועה ומוזיקה, גישות חדשניות לאקולוגיה של ההתפתחות האנושית ועוד. תלמידי הקורס יעברו הכשרה לקידום ההתפתחות הן באופן פרטני והן בקבוצות של ילדים מינקות ועד לגן הילדים, עם ההורים ובלעדיהם. כל זאת בליווי התפתחותי המותאם אישית להורה ולילדו. אפשר לקבל ערכת "עשה זאת בעצמך", אשר תסייע בבניית מערך שיעור יחידני, חודשי ושנתי.

נלמד באמצעות חומרי לימוד וכלים יישומיים וחדשניים, אשר יסייעו להתפתחות הרגשית, הקוגניטיבית, החברתית, ההתפתחותית והתקשורתית תוך עבודה מעשית עם פעוטות בגילאי לידה עד גיל גן הילדים, מדי שבוע, לאורך כל הקורס.

הקורס מקנה "הוראה טובה", מנהיגות, ביטחון עצמי ויצירתיות בתכנון מפגש על פי צורכי הילד והקבוצה, התמודדות במצבי קצה בעת ביצוע ההוראה. יוצגו כלי ההתבוננות ביכולות הילד, על פי אמות מידה מדעיות, אשר יסייעו בניסוח צורכי הקידום של הילד ובהתאמת המשימות שהילד יתבקש ללמוד לבצע ולקדמו לשלב הבא.

נושאי הלימוד:

היבטים גופניים ותנועתיים-תחושתיים

נלמד להכיר את ההתפתחות האנטומית ואת שלבי ההתפתחות מן התנוחה העוברית, דרך תנועות היסוד (יישור, כפיפה, רוטציה) ברמה איכותית המאפשרת היפוך, התרוממות ממשטח השכיבה כנגד כוחות הכבידה, אל סוגי הזחילה והשיבה, אתגור האיזון ושיווי המשקל עד לעמידה וסוגי ההתקדמות במרחב, מריקוד ספונטני ומובנה למשמע מוזיקה תואמת-גיל ועד למיומנויות התפעול (מניפולציה) של חפצים ושליטה בסביבה – כהכנה למיומנויות בית הספר. היבטים תקשורתיים, רגשיים, חברתיים והכרתיים נלמד את ההיבטים המולדים והנרכשים בין הגדילה, הבשילה ומערכות היחסים עם "מעגלי הסביבה", ההשפעות על התפתחות מנגנוני המוח ומערכת העצבים של הילד.

סוגיות בפסיכולוגיה של ההנחיה

נעסוק ביחסים במערכת המשפחתית של הילד מינקות ועד בגרות. גישתו של המנחה להורה, לילד ולסגל החינוכי ובהעצמת המנחה כמקדם התפתחות באמצעות תנועה ומוזיקה.

העשרה תנועתית, תכנון לימודים, פיתוח "הנחיה טובה".

נקנה רפרטואר תנועתי בהתנסות חווייתית אישית, לפי מודלים מדעיים, בשילוב מוזיקה – תואמת-תנועה, משחק וריקוד מובנה ויצירתי ועזרי למידה. נלמד לתכנן מפגשי למידה, יחידים ותקופתיים, נתנסה בהנחיית משימות, משחקים, הצבת גבולות.

העשרה והנחיה מוזיקלית

מרצות בכירות מאקדמיות למוזיקה ילמדו את מיטב הרפרטואר המוזיקלי (שירים, האזנה ושימוש בכלי נגינה מותאמים) הקלסי והחדשני, המוגש בהנחיה "סלילית" מתפתחת.

קידום התפתחות פרטני

נלמד את המשתלמות כיצד להנחות, בבית התינוק, את ההורה, בפעילות לקידום אבני הדרך ההתפתחותיות (תקופת הקידום הביתי עשויה להתפרס מן הינקות ועד להליכה איכותית). תהליך ההנחיה הביתית יהיה מורכב מצפייה מודרכת במצבי התינוק, בקביעת היעד לקידום ובהנחיית ההורה לתרגול התינוק בביתו בין הפגישות עם המנחה.

אימון המנחה ותחומי העשרה ייחודיים

המשתלמות יתנסו בלימודי תנועה ומוזיקה לפי גישות תנועתיות רווחות שונות, עיסוי תינוקות, ליווי התפתחות, פילאטיס, פלדנקרייז, יוגה, הנקה, מצבי שינה ובכי, הפרעות קשב.

הקורס מיועד לבעלות תעודת בגרות מלאה, לעובדות הוראה, לבעלות רקע מתאים במסגרות חינוכיות, למרפאות בתנועה ובעיסוק, לאחיות ילדים, לדיאטניות, לנטורופיסטיות ולאמהות ילדים המעוניינות לפתח קריירה ייחודית בתחום הגיל הרך.

תנאי קבלה:

360 שעות (12 ש"ש).

היקף הקורס:

יתואם בהמשך.

יום הלימודים:

9,820 ש"ח + 350 ש"ח דמי הרשמה

עלות הקורס:

למי שתעמוד בדרישות התוכנית תוענק תעודת מנחה ושלושה אישורי משנה:

תעודה:

1. הנחיית מגע עדין לפעוטות (מסאז')

2. הנחיית חוגים של הורים וילדים;

3. קידום התפתחות של תינוק בבית ההורה ותעודה מטעם המרכז האקדמי ליונסקי וינגייט.

קורסי העשרה לבוגרות והשתלמויות

מדריכות להתעמלות לנשים לפני ואחרי לידה

מטרת הקורס:	הכשרת נשות מקצוע להפעלה גופנית מתאימה לנשים בהיריון ולנשים לאחר לידה תוך הבנת תהליך ההיריון והלידה והשפעותיו על האישה, הכרת מגוון תרגילים המומלצים במיוחד לצרכים הגופניים והנפשיים בתקופת ההיריון, הלידה ולאחר הלידה.
נושאי הלימוד:	אנטומיה ופיזיולוגיה של גוף האישה בשנת הלידה, פיזיולוגיה של המאמץ בהיריון, חשיבות הפעילות הגופנית בתקופת ההיריון ואחריו, השפעת הפעילות הגופנית על האישה ההרה ועל האישה לאחר הלידה, הכנת הגוף לתהליך הלידה, טכניקות להתמודדות עם הלידה באמצעות תנועה, יציבה בחיי היום-יום בהיריון ולאחר הלידה, שיקום הגוף לאחר הלידה באמצעות פעילות גופנית. הרצאות אורח של מומחים בתחום: מיילדות, פיזיותרפיסטית רצפת אגן, דולה, תזונה ועוד.
תנאי הקבלה:	הקורס מיועד למורות לחינוך הגופני, ולבעלות תעודת מדריכת כושר גופני ובריאות/ מדריכת מחול אירובי/ מדריכת פילאטיס.
היקף הקורס:	60 שעות.
יום הלימודים:	שלישי – בוקר.
עלות הקורס:	2,950 ש"ח + 195 ש"ח דמי הרשמה.
תעודה:	לעומדות בדרישות הקורס תוענק תעודת "מדריכה לפעילות גופנית לנשים בהריון ולאחר לידה" מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט.

מדריכות לפילאטיס שיקומי

מטרת הקורס:	הכשרת מדריכות לבניית תכניות אימון מותאמות לאוכלוסיות עם קשיים על רקע אורתופדי.
נושאי הלימוד:	בקורס זה הלומדות יתרגלו בניית תוכנית לימודים עבור אנשים שסיימו תוכנית שיקום בפיזיותרפיה או במקביל אלה הזקוקים לתחזוקה גופנית משקמת ונכונה עבורם. בקורס נלמד על הנשימה והשפעתה על התיפקוד הגופני, התאמת רפרטואר תרגילי הפילאטיס לפתולוגיות שונות – גב, כתף, ברך, ירך, קרסול וכן התאמת תרגילים מחוץ לרפרטואר הפילאטיס למתאמנים עם פתולוגיה לפי שלבי הפציעה והשיקום השונים.
תנאי הקבלה:	מורות לחינוך גופני, בעלות תעודה של הדרכת פילאטיס.
היקף הקורס:	100 שעות לימוד.
יום הלימודים:	יתואם בהמשך.
עלות הקורס:	3,930 ש"ח + 350 ש"ח דמי הרשמה.
תעודה:	לעומדות בדרישות הקורס תוענק תעודת מדריכה לפילאטיס שיקומי מטעם המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט.

מדריכה להתעמלות בונה-עצם

היקף הקורס:	120 שעות (4 ש"ש)
מטרת הקורס:	הכשרת מדריכות להתעמלות בונה-עצם.
נושאי הלימוד:	אנטומיה, פיזיולוגיה וביומכניקה של העצם, גורמי סיכון לאוסטאופורוזיס, שיטות אבחון, נפילות ושברים, טיפול תזונתי, טיפול תרופתי, פעילות גופנית למניעה ולטיפול, התוויות והתוויות-נגד לפעילות גופנית לסובלים מאוסטאופורוזיס, פתולוגיה במפרקי ירך, ברך, כתף וגב תחתון, גיל הזהב – מאפיינים פיזיולוגיים וקינזיולוגיים.
תנאי הקבלה:	ריאיון אישי, מדריכות כושר מוסמכות, מורות לחינוך הגופני, ומדריכות התעמלות לגיל הזהב.
פרטים נוספים:	בסמסטר א' ילמדו שיעורים עיוניים ומעשיים. בתום הסמסטר יתקיים מבחן עיוני. תנאי מעבר לסמסטר ב' הוא הציון 70 ומעלה.
יום הלימודים:	בסמסטר ב' יתקיימו התנסות ועבודה מעשית עם קשישים, בבתי אבות וכד' יתואם בהמשך
עלות הקורס:	4,100 ₪ + 195 ₪ דמי הרשמה.
תעודה:	לעומדות בדרישות הקורס תנתן תעודה מטעם המכללה האקדמית בוינגייט.

קורס אימון אישי

מטרת הקורס:	לתרגל שיטות לאימון אישי של מדריכות ספורט גופני תוך הקפדה על בריאותם.
קהל היעד:	מורות לחינוך גופני, מדריכות כושר גופני ובריאות ומדריכות אירובי ועיצוב.
נושאי לימוד:	במסגרת הלימודים יושם דגש בגישה האישית לפעילות גופנית, התוכניות לפיתוח הכושר האירובי, באימון הגוף במכונות כח. ובמשקולות חופשיות, בפיתוח דרכי הוראה ובהתאמת תכניות כושר אישיות.
היקף הקורס:	30 שעות יום הלימודים
יום הלימודים:	יום שני בשעות 8:30-15:30
עלות הקורס:	1,100 ₪ + 195 ₪ דמי הרשמה
תעודה:	לעומדות בדרישות הקורס ולאלו שיציגו תעודת מורה לחנה"ג או מדריכת כושר גופני, תנתן תעודת מאמנת אישית מטעם המכללה האקדמית בוינגייט ותעודת מאמנת רצועות.

מדריכות למשחקי כדור ונופש

מטרת הקורס:

הכשרת מדריכות למשחקי כדור ומשחקי נופש המפתחים כושר גופני בריאותי קואורדינציה, חדוות משחק במסגרת מהנה.

נושאי הלימוד:

תורת הענף: כללי המשחק, טכניקה, טקטיקה אישית, טקטיקה קבוצתית, אסטרטגיה, מתודיקה באימון, פיתוח כושר גופני כללי וספציפי ויכולת הדרכה. משחקי הכדור ומשחקי הנופש בהם יושם דגש על כדורסל, כדור רשת, משחקי נופש.

בנוסף יילמדו מדעי הספורט: אנטומיה, פיזיולוגיה, תורת האימון, פציעות ספורט.

קורס עזרה ראשונה בהיקף 28 שעות. (בתשלום נפרד – עייני בעמוד 4).

240 שעות + 28 שעות עזרה ראשונה

בעלות יכולת גופנית מוטורית וניסיון במשחקי כדור, מבחן כניסה.

יתואם בהמשך.

7,400 ₪ + 350 ₪ דמי הרשמה.

לעומדות בדרישות הקורס תנתן תעודה מטעם המכללה האקדמית בוינגייט:

1. מדריכה למשחקי כדור ומשחקי נופש.

2. תעודת מדריכת למשחק הכדורשת.

היקף הקורס:

תנאי קבלה:

יום הלימודים:

עלות הקורס:

תעודה:

תקנון

מבוא:

הקורסים במובינג – השלוחה החרדית מופעלים כדי ליצור מסגרת שבה תוכלנה בנות הציבור החרדי להשתלם ברמה המקצועית הגבוהה ביותר באווירה ההולמת את אורח חייהן.

הנרשמת מחוייבת לחתום על טופס הרשמה, התקנון ועל פרטי התלמידה המפרט את הנהלים בתחום הלימודי החברתי והניהולי ומתחייבת בהם.

בשנת הלימודים ייתכנו שינויים שמקורם בהנחיות ובהחלטות של משרד התרבות והספורט, של משרד האוצר ושל רשויות שלטון אחרות. ההנחיות המפורטות להלן תקפות החל משנת הלימודים תשפ"ד 2023-24 ועד פרסומו של התקנון הבא.

1. הופעה והתנהגות כפי שיפורטו להלן:

סגנון הלבוש יהיה תואם לחלוטין סגנון חרדי שמרני, כמו:

1. חצאית המכסה את הברך, שרוול המכסה את המרפק וקו צוואר סגור, ושאר כללי הלבוש הנהוגים בבית יעקב.

2. ביציאה זמנית מאולם ההתעמלות יש להקפיד על כללי הלבוש המתבקשים.

נושאי שיחה: סגנון הדיבור כפי שמתחייב באווירה חרדית.

חומר לימודי: אין להביא תקליטורים פרטיים להשמעה. הנהלת מובינג – השלוחה החרדית תהיה רשאית להפסיק לימודיה של התלמידה שאינה עונה על הדרישות, ללא החזר כספי.

2. נוכחות בשיעורים:

1. חובת נוכחות חלה על כל התלמידות בכל השיעורים העיוניים והשיעורים המעשיים. לא יאושר שימוש בפלאפונים. המכשירים יונחו בתחילת השיעור על שולחן המרצה.

2. רישום נוכחות יתקיים בכל שיעור בתחילתו ובסופו. על התלמידה מוטלת האחריות לוודא עם המרצה כי נוכחותה נרשמה. לא תורשה כניסה לאחר רבע שעה מתחילת השיעור, ויירשם חיסור.

3. תלמידה אשר נעדרה מעל ל-20% מסך שעות הלימוד במקצוע מסוים לא תורשה לגשת לבחינה באותו מקצוע. ויהיה עליה להשלים את לימוד המקצוע.

3. בחינות וציונים:

1. השימוש במבחן בעט בלתי מחיק בלבד.

2. ציון עובר בבחינה עיונית הוא 65 ובבחינה ענפית, 70 אא"כ צוין אחרת בתכנית הקורס.

3. לכל מבחן שני מועדים בלבד. תלמידה שלא צלחה במועד א' זכאית לגשת למועד ב' (מועד ב' לא יתקיים בהכרח ביום הלימודים הקבוע של הקורס). אי הגעה לבחינה הינה כאי הצלחה בבחינה. חובה על כל תלמידה להשתתף בכל הבחינות במועד א'.

תלמידה שתיכשל במועד א' זכאית להשתתף בבחינה במועד ב', בתאום עם מזכירות השלוחה.

4. בזמן הבחינה המורה תענה על שאלות בהבנת הנקרא בלבד.
5. תלמידה אשר נכשלה פעמיים בבחינה, תהיה חייבת לחזור ללמוד את המקצוע שוב ולהבחן.
6. התלמידה אחראית לברר את ציונה.
7. בגיליון הציונים יירשם רק הציון האחרון שהתלמידה תקבל.
8. ערעור על ציון:

- א. תלמידה רשאית לעיין בבחינה שעל ציונה היא מבקשת לערער, ובתנאי שהדבר ייעשה בנוכחות המנהלת, המזכירה או המרצה ובכתב.
 - ב. תלמידה המבקשת לערער על הציון בבחינה יכולה לעשות כן באמצעות טופס מיוחד שתוכל לקבלו במשרד. את הערעור יש להגיש לא יאחר משבועיים מיום פרסום תוצאות הבחינה שעליה התלמידה מערערת.
 - ג. המורה המתייחסת לערעור על הבחינה רשאית להשאיר את הציון כמות שהוא, להעלותו או להורידו.
 - ד. תוצאות הערעור הן סופיות ותימסרנה לתלמידה עד חודש מיום הגשת הערעור.
9. מבחן במועד מיוחד:
- א. לכל תלמידה זכות לממש שני מועדים למבחן (כאמור לעיל בסעיף 2).
 - ב. העדרות מוצדקת ממבחן (במועד א' או במועד ב') לא יחייבו את התלמידה בתשלום עבור המבחן במועד מיוחד.
 - ג. אם הסיבה לאי-התייצבות התלמידה למבחן הייתה בלתי מוצדקת, יהיה עליה לשלם סך של 270 ₪ עבור הבחינה במועד המיוחד.
 - ד. מבחנים במועד המיוחד יתקיימו במקצועות עיוניים בלבד.
 - ה. התלמידה אינה רשאית לצלם או להעתיק את הבחינה או חלק ממנה.
10. תלמידה שמסיבה מוצדקת לא סיימה את חובותיה הלימודיים במשך הקורס תוכל לבקש מהנהלת השלוחה אישור מיוחד להשלמת לימודים במחזור העוקב על בסיס מקום פנוי (מוגבל לשנתיים)

4. מעמד התלמידה:

- א. תלמידה מן המניין היא תלמידה שעברה את שלבי הקבלה, שילמה את שכר הלימוד ומסרה אישור רפואי כי בריאותה תקינה וכן אישורים נדרשים אחרים. תוצאות תקינות בבדיקה הן תנאי הכרחי לקבלת התלמידה לקורס.
- ב. תלמידה שהתקבלה ללימודים תקבל אישור על קבלתה ללימודים.

ג. תלמידה בהיריון:

1. תלמידה בהיריון תודיע על כך מיד למנהלת השלוחה. כמו כן עליה לחתום על טופס הצהרה מתאים אצל מנהלת השלוחה.
2. על התלמידה להמציא אישור רפואי המאשר היותה בהיריון.
3. אם בשל הריונה נמנעה התלמידה מלהשתתף בשיעורים המעשיים בהיקף של יותר מ- 20% יהיה עליה להשלים השעות שהחסירה בקורס הבא שייפתח בעז"ה.
- ד. תלמידה המבקשת להפסיק לימודיה - תודיע על כך בכתב למנהלת הלימודים. במקרה כזה תהיה התלמידה זכאית לקבל אישור מבית הספר בדבר הלימודים שלמדה, שבהם נבחנה, ושבהם קיבלה ציון. אם התלמידה תבקש לחדש לימודיה יחול עליה פרק 5 - 6 חובות לימודים.

להלן טבלת מועדי הפסקת לימודים, לצורך החזרי תשלום:

הפסקת לימודים		
הגשת מכתב ביטול	קורס מדריכות שנתי	שיעור החיוב משכר הלימוד
עד לתאריך	עד חודש מתחילת הלימודים	50% חיוב
עד לתאריך	עד חודשיים מתחילת הלימודים	75% חיוב
מהתאריך	מחודשיים ואילך	100% חיוב

5. חובות לימודיים:

על התלמידה להשלים את כל העבודות, התרגילים והמבחנים עד למועד שקבע בית הספר או עד למבחן הגמר בנושא. במקרה של אי-השלמת מקצוע כלשהו, יירשם לתלמידה חוב לימודי.

6. השלמת חוב לימודי:

1. במידה לימודים הופסקו מסיבה מוצדקת, יש לקבל אישור של ההנהלה להשלמתם. תלמידה החייבת בבחינה תידרש להשלימה מוקדם ככל האפשר ולא יאוחר משני סמסטרים מסיום הלימודים בקורס. מעבר לשני סמסטרים תחויב התלמידה בלימוד המקצוע מחדש.
2. תלמידה חייבת להשלים לימודיה בתוך שנתיים מיום סיומם, יש להגיש בקשה בכתב. אם לא עמדה בתנאי זה - תידרש ללמוד את הקורס מחדש.

7. הכרה בלימודים קודמים והנחות:

1. בית הספר שומר לעצמו את הזכות להכיר בלימודים קודמים של תלמידים אשר למדו במוסד אקדמי מוכר.
2. הפטור ניתן מלימוד נושא או מקצוע לימוד בתנאי שהתקופה שחלפה ממועד סיום הלימודים במקצועות שעבורם מבוקש הפטור, אינה עולה על שש שנים.
3. התלמידה תמלא טופס בקשה להכרה בלימודים קודמים **תוך שבועיים מיום תחילת הלימודים** לצורך קבלת פטור ותצטרף אליו אישור רשמי שבו יפורטו: מקצועות הלימוד, הציון, שנת הלימוד, היקף השעות ולאיוזו תכלית או תואר נלמד הקורס. כמו כן יש לצרף את שם המרצה ותכנית הלימודים.
4. מתן הפטור אינו אוטומטי, ובית הספר אינו מתחייב להעניקו בכל תנאי.
5. זיכוי תלמידה בגין פטור, 150 ש"ח על כל 15 שעות אקדמיות בקורסי פיזיולוגיה ואנטומיה בלבד.
6. תלמידה שנרשמה לקורס שני ומעלה באותה שנת לימוד זכאית להנחה של 10% משכ"ל של הזול מביניהם ואינה משלמת שוב דמי הרשמה.
7. בכל מקרה הנהלים המחייבים הם אלו המופיעים בידיעון בתי הספר ללימודי תעודה והשתלמויות של המכללה לשנת תשע"ט ובדפי ההנחיה של הקורס.

8. הסמכה וגמולי השתלמות:

1. תלמידה שתסיים בהצלחה לימודיה בבית הספר תהיה זכאית לקבל תעודת הסמכה.
2. כתנאי לקבלת תעודת הסמכה על התלמידה להציג תעודה או אישור תקפים המעידים כי סיימה קורס עזרה ראשונה בהיקף 28 שעות.
3. ההסמכה להדרכה ולאיומן היא לפי חוק הספורט תשמ"ח, 1988 – לפי תקנות הספורט התשנ"ז 1997 ולפי חוק מכוני כושר התשנ"ד 1994 .
4. תלמידה שהיא מורה יכולה להגיש בקשה מראש לגמול במסלול אישי למפקח על ההשתלמויות במחוז.
5. התלמידה זכאית לאישור אחד. עבור כל אישור נוסף ייגבה תשלום כנהוג בבית הספר.

9. בריאות התלמידה:

1. חברות בקופת חולים – על כל תלמידה להיות מבוטחת באחת מקופות החולים ועליה לדווח על כך בטופס הרישום בעת הרשמתה לקורס. תלמידה שאינה חברה בקופת חולים לא תוכל להתקבל ללימודים בבית הספר.
2. לתלמידה לא יינתן כל פיצוי עבור הוצאות הנלוות לטיפול הרפואי או עבור אבדן ימי עבודה, אלא במסגרת ביטוח צד ג' של המכון ולפי תנאי הביטוח.
3. אם חל שינוי במצבה הבריאותי של התלמידה בזמן הלימודים שלא במסגרת פעילויותיו של בית הספר, עליה להודיע על כך מיד ובלא דיחוי בכתב למזכירת המחלקה או למדור רישום וקבלה.

10. דיווח על תאונה:

תלמידה אשר נפגעה בעת פעילותה בשיעורים נדרשת לדווח על פגיעתה לרכזת הקורס או למדריכה באותו שיעור.

על רכזת הקורס למלא דוח תאונה (אפשר לקבלו במזכירות) תוך 24 שעות משעת הפגיעה. במקרה שנבצר מהתלמידה לדווח על התאונה, ימולא דוח התאונה על ידי מנהלת המחלקה.

11. הגשת עזרה ראשונה:

שלוחת בית הספר אינה מחויבת כלפי התלמידה במתן שירותים רפואיים כל שהם או פיצויים בגין קבלת טיפול רפואי זולת מתן עזרה ראשונה.

האחריות לחברות בקופת החולים או כיסוי ביטוח רפואי תחול על התלמידה בלבד, לרבות האחריות לתשלום בגין שירותים רפואיים שתקבל התלמידה מכל גוף שהוא.

12. ניקיון ושמירה על הציוד:

התלמידות נדרשות לשמור על ניקיון הכיתות והאולמות ועל שלמות הציוד שבהם.

13. פתיחת הקורסים מותנית במספר הנרשמות.

אנו מאחלים לתלמידות הצלחה רבה בלימודים!

קבלת תעודת ההסמכה ופטורים לימודיים

תלמידה בעלת לקויות למידה, נדרשת להציג אבחונים מתאימים לפני מועד פתיחת הקורס. מנהל ביה"ס הוא המחליט אילו הקלות לימודיות ניתן להעניק לתלמידה על סמך האבחונים. **אין התחייבות לקבלת הקלות**

תנאי הסמכה: תעודת ההסמכה תינתן לתלמיד שיעמוד בתנאים הבאים:

1. נוכחות בשיעורים בהיקף 80% לפחות (בכל פרק בנפרד) על התלמיד מוטלת האחריות לוודא עם המרצה כי נוכחותו נרשמה.
 2. השגת ציון עובר לפחות בכל המבחנים בקורס.
 3. הצגת תעודה תקפה של מגיש עזרה ראשונה.
 4. הסדרת כל התשלומים והחובות הכספיים.
- את התעודה ניתן יהיה לקבל במשרדי ביה"ס, או ביחידות ללימודי חוץ.

תצהיר רפואי

אישור רפואי

אני הח"מ ד"ר _____ מאשר בזה,

כי אני מכיר את גב' _____

מס' ת.ז.

--	--	--	--	--	--	--	--

ולפי מיטב ידיעתי ולאחר ששאלתי אותה על מצב בריאותה, מחלותיה, ואשפוזיה בעבר ובהווה, ולפי בדיקות שערכתי, אין במצבה הגופני, הנפשי והבריאותי דבר העלול למנוע ממנה להשתתף בלימודים המעשיים, המתקיימים ב'מובינג השלוחה החרדית, ירושלים'.

המקום: _____ חתימה: _____

חותמת: _____ תאריך: _____



מידע הרשמה ותקנון תשפ"ד 2023-2024
החוברת מיועדת למתעניינות ונרשמות.

לבירורים נוספים:

טלפון: 02-5003808 | נייד: 058-3233808

שעות פעילות המשרד: א'-ה' 09:30 – 13:30

מכון כושר גאמפ, רח' שזר 1, בנייני האומה

wincollege@charedi@gmail.com